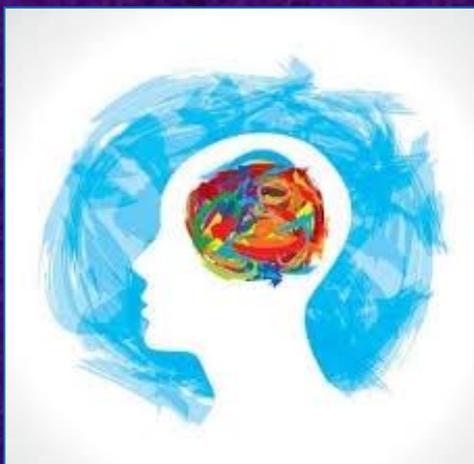




**PSICHE 2000 ASSOCIAZIONE**  
**PRESENTA**  
**CON IL PATROCINIO DEL COMUNE DI MALO**



# NAVIGARE DENTRO L'ANSIA



**PROGRAMMA --- SERATA CON**

**DOTT. DAVIDE SCAPIN --- DOTT.SSA ELISA GUERRA**  
**PSICOLOGI, PSICOTERAPEUTI**

La “società liquida” o in liquidazione? Il crescente danno umano e sociale.  
La consapevolezza di sé. Insicurezze e paure invisibili. Stress... i danni.  
Elementi teorici, origini, meccanismi cognitivi ed emotivi dell'ansia.  
I pensieri disfunzionali che mantengono il malessere: si possono modificare?  
L'ansia ci blocca e diviene panico: qualche strategia. Salute mentale e pregiudizi.  
La luce: l'elaborazione del dolore psichico. Coltivare il benessere psicologico.

**PARTECIPARE - COME ISCRIVERSI**

1) **Via mail:** [assopsiche@virgilio.it](mailto:assopsiche@virgilio.it) – Posto sicuro: gradita prenotazione. Raccolta fondi per Psiche 2000: auspicabile libera offerta. Qualora l'iscritto non possa più partecipare, è pregato di avvisare la segreteria per non escludere altre persone! Si prega di non iscriversi all'ultimo minuto.

**SALA CONSIGLIARE DEL COMUNE DI MALO - 22/04/2024 – ORE 20.20**

**INFORMAZIONI: PSICHE 2000 APS – TEL. 0445891440**

Si può essere socio sostenitore e/o volontario operativo, previa reciproca conoscenza.

 Psiche 2000 Alto Vicentino e Bassano del Grappa  
[www.psiche2000.it](http://www.psiche2000.it) --- #assoPsiche2000